

Психотерапевтический контракт

Добро пожаловать в терапию!

В этом документе изложены основные принципы терапевтической работы. Пожалуйста, прочитайте его внимательно. Если какой-либо пункт вызывает у Вас вопросы, мы можем обсудить его.

Вы — Клиент, пришли в терапию добровольно, без принуждения, по собственной инициативе. Это означает, что Вы хотите, что-то изменить в своей жизни и в себе.

На протяжении всего времени совместной работы мы, Я — Психолог, и Вы — Клиент, будем точно соблюдать настоящие правила и взаимные обязательства.

Цели, планы и критерии успешности терапии

Цели и планы терапии обсуждаются и устанавливаются совместно в момент решения о прохождении Вами терапии и подразумевают совместную работу для разрешения возникших трудностей.

Цели могут быть уточнены или доработаны в процессе терапии. Они не могут быть заменены на совершенно другие без предварительного обсуждения.

Основная цель терапевтической работы заключается в совместном исследовании Ваших личностных проявлений, ценностей и целей, в непосредственном контакте со мной. На основании полученной информации Вы принимаете самостоятельные решения о том, менять ли свою жизнь.

Я не гарантирую Вам полного излечения. Моя задача — помогать концентрировать внимание и направлять его.

Всё, что проговаривается мной на консультациях, носит рекомендательный характер. Принятие решения всегда остаётся за Вами.

Критерии успешности терапии обсуждаются на первых консультациях.

Чтобы терапия была эффективной:

- Вы будете работать над тем, что обсуждается, во время консультаций, а также самостоятельно.
- Вы будете выполнять «домашние задания», выдаваемые мной
- Терапия оплачивается непосредственно Вами (правило не распространяется на детей и подростков). Деньги — это эквивалент усилий по преодолению Ваших трудностей и средство мотивации.
- Обязательно соблюдать установленные частоту, регулярность и время встреч. Процесс терапии можно сравнить с медикаментозным лечением: пропуск сессий снижает эффективность работы.

Методы, используемые Психологом

Психолог может применять различные методики и техники в зависимости от целей и задач терапии.

☎ +7 910 7777 653

✉ rg.murom@mail.ru

🌐 rg-murom.ru



Основной метод:

- Психодинамический (психоаналитический) метод.

Дополнительные методы:

- Когнитивно-поведенческий метод;
- Телесно-ориентированный метод;
- Арт-терапия.

Клиент может отказаться от применения любой методики (техники), по соображениям безопасности.

Порядок проведения сессий (Сеттинг)

- Периодичность сессий определяется Психологом, исходя из запроса Клиента и его психического состояния (не реже одного раза в неделю). Редкая встреча снижает эффективность терапии. Частота может быть изменена только по согласованию Клиента.
- Во время сессии обеспечивается спокойное и комфортное место встречи, отключаются все отвлекающие устройства.
- Сессия проводится в заранее установленные дни и время.
- Продолжительность сессии: очно — 50 минут, дистанционно (мессенджеры) — 50 минут, телефонная сессия — 30 минут.
- В случае опоздания Клиента время сессии не продлевается, если опоздает Психолог — время продлевается на период опоздания.
- При невозможности присутствовать на сессии, Клиент уведомляет Психолога минимум за 6 часов; в противном случае сессия оплачивается. Психолог действует аналогично.
- Пропущенная без предупреждения сессия оплачивается; если пропустил Психолог — следующая сессия бесплатная.
- В случае плохого интернет-соединения Клиент звонит Психологу, и сессия либо проводится по телефону, либо переносится. Звонок осуществляется за счет Клиента.
- Сессии в период отпуска Психолога или в выходные/праздничные дни оплачиваются в двойном размере.
- Экстренные телефонные консультации (5-30 минут) также оплачиваются в двойном размере.
- Для детской психотерапии дополнительно проводятся родительские сессии не реже одного раза в месяц.

Длительность консультирования

Продолжительность терапии зависит от запроса.

Терапия прекращается, когда Клиент и Психолог считают цели достигнутыми.

Для завершения процесса проводятся 3 итоговые сессии, на которых подводятся результаты и обсуждается необходимость поддерживающей терапии.

Порядок оплаты сессий

- Первичная сессия оплачивается заранее.

☎ +7 910 7777 653

✉ rg.murom@mail.ru

🌐 rg-murom.ru



- Периодические сессии оплачиваются после их окончания в день проведения.
- Стоимость сессии обсуждается индивидуально в момент принятия решения о терапии.
- Плата за сессию может пересматриваться каждые 3 месяца.

Конфиденциальность

Вся информация, полученная от Клиента, является конфиденциальной.

Исключения:

- Клиент дал разрешение на раскрытие информации.
- Детская психотерапия: если жизни несовершеннолетнего угрожает опасность, Психолог может информировать родителей при согласии Клиента; при несогласии сессии прекращаются.
- Обязательное раскрытие по закону (уголовные дела, неотложная госпитализация).
- При направлении к врачу другой специальности.
- Во время супервизии и интервизии информация о Клиенте искажается так, чтобы он был неузнаваем.

Фиксация сессий

Психолог может записывать сессии для повышения качества работы.

Видео и аудиозаписи используются только для терапевтических целей и уничтожаются по требованию Клиента.

Психолог может вести письменные записи и фиксировать результаты текстов, которые хранятся недоступном для посторонних месте.

Ответственность психолога

Психолог обязан

- Руководствоваться этическими принципами Психолога (ЭК РПО).
- Обеспечивать профессиональный уровень и уважение к частной жизни Клиента.
- Получать справедливую компенсацию за работу.
- Запрашивать релевантную информацию от Клиента и, при согласии, из других источников.
- Брать перерывы в работе при необходимости (отпуск, праздник, личные обстоятельства).
- Сообщать Клиенту о планируемом отпуске заранее: за 2 сессии — при обычном отпуске; за 4 сессии — при продолжительном отпуске.
- При необходимости рекомендовать другого специалиста.
- Звонить Клиенту по организационным вопросам.
- Отказываться от работы, если это не безопасно для Клиента.
- Рекомендовать обратиться к другим специалистам при недостатке компетенции

Психолог несёт ответственность перед Клиентом за:

- Свой профессиональный уровень.

☎ +7 910 7777 653

✉ rg.murom@mail.ru

🌐 rg-murom.ru





- Соблюдение основных правил и принципов консультирования.
- Предоставление психологической помощи в атмосфере уважения.
- Достоверность информации, предоставляемой Клиенту.
- Предоставление информации о диагнозе и направленности психологической работы, включая методы психотерапевтической работы.
- Анализ происходящего в процессе сессии.
- Соблюдение временных рамок сессии.
- Соблюдение графика работы и заранее спланированную отмену или перенос сессии, только в случае объективной необходимости.

Психолог не несёт ответственности перед Клиентом за:

- Как Клиент распоряжается полученной информацией.
- Решения, которые принимает Клиент.
- Чувства и эмоции, которые испытывает Клиент (Психолог лишь помогает осознавать и анализировать).
- Его физическое состояние (Психолог лишь предлагает осознавать и анализировать соматические реакции).

Ответственность клиента

Клиент обязуется:

- Посетить минимум две сессии.
- В случае детской психотерапии родители (законные представители), оплачивающие работу психолога, обязуются посещать минимум одну очную сессию или телефонную/Skype-сессию в месяц.
- Несовершеннолетние клиенты в возрасте с 14 лет имеют право посещать психолога самостоятельно без участия родителей (законных представителей), при условии самостоятельной оплаты работы Психолога.
- Если работу Психолога с несовершеннолетним (до 18 лет) оплачивают родители (законные представители), они являются полноправными участниками психологического процесса и обязаны также посещать Психолога. При этом Психолог соблюдает правила конфиденциальности, если несовершеннолетний не желает, чтобы родители (законные представители) знали о его психологическом процессе. Исключения составляют случаи, угрожающие жизни несовершеннолетнего.
- Если Клиент получает консультации у других Психологов или специалистов иного профиля (психиатр, невролог и др.), он обязан информировать об этом Психолога.
- Клиент имеет право прервать работу с Психологом на любом этапе; ответственность за последствия и своё последующее психологическое состояние ложится на Клиента.
- Если Клиент решает прекратить психологическую работу по собственной инициативе, он обязуется посетить ещё две сессии после своего заявления о прекращении работы.
- Сообщать Психологу о планируемом отпуске минимум за две сессии.

☎ +7 910 7777 653

✉ rg.murom@mail.ru

🌐 rg-murom.ru





- Клиент имеет право на психологическую работу с другим специалистом в случае длительного перерыва в работе по текущему контракту.
- Клиент имеет право фиксировать сессии на записывающее устройство для личного пользования с целью саморазвития.
- Клиент имеет право звонить Психологу по организационным вопросам.

Клиент несёт ответственность перед самим собой за:

- Конструктивное использование (или неиспользование) времени сессии.
- Готовность (или неготовность) рисковать и открываться перед Психологом.
- Чувства и эмоции, переживаемые в процессе сессии и после неё.
- Готовность (или неготовность) переживать дискомфорт, связанный с необходимостью изменений.
- Выполнение (или невыполнение) рекомендаций Психолога.
- Применение (или неприменение) в жизни знаний и умений, полученных в процессе консультирования, а значит, за достижение (или не достижение) поставленных целей.
- Использование своего энергетического, психического и интеллектуального потенциала для решения обозначенных трудностей в процессе психологической работы (на сессиях и между ними).

Клиент несёт ответственность перед психологом за:

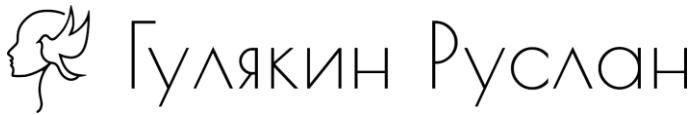
- Получение психологической помощи в атмосфере уважения.
- Своевременную и справедливую компенсацию работы Психолога.
- Достоверность предоставляемой Психологу информации.
- Не нанесение физического ущерба себе, Психологу и имуществу (кроме специальных предметов, используемых в упражнениях) во время сессий и между ними. В случае повреждения помещения или обстановки Клиент обязуется возместить стоимость причинённого ущерба.
- Получение психологической помощи в здравом уме и с ясной памятью: не курить, не употреблять алкоголь во время сессии, не покидать её ранее установленного времени, а также не приходить на сессию под влиянием алкоголя, наркотических веществ или лекарственных препаратов, не назначенных врачом.
- Информирование Психолога о приёме назначенных врачом лекарств, изменениях дозы и об отказе от принимаемых лекарств.
- Информирование Психолога об изменениях в работе, образовании, отношениях с родителями, родственниками, близкими друзьями, супругом (супругой), сексуальными партнёрами.
- Информирование Психолога об изменениях в физическом и психологическом самочувствии.
- Соблюдение временных рамок сессии.
- Соблюдение графика работы и заранее спланированную отмену или перенос сессии, только в случае объективной необходимости.

☎ +7 910 7777 653

✉ rg.murom@mail.ru

🌐 rg-murom.ru





ИП Гулякин Руслан Юрьевич
602201, Россия, Владимирская область,
Муромский р-н, с. Ковардицы,
ул. Васильковая д. 22
ИНН 331901686602
ОГРНИП 322332800037333

Дополнительные договорённости между Психологом и Клиентом:

- Цель (запрос) психологической работы.
- Периодичность и времени сессий.
- Способ проведения сессий (мессенджеры: MAX, Google Meet, MS Teams, Telegram, WhatsApp и др., очно в кабинете Психолога).
- Стоимость сессии.
- Контакты и способы связи вне сессий.

Клиент может звонить Психологу по номеру: **+7 (910) 7777-653**, с **9:00** до **21:00**.

☎ +7 910 7777 653

✉ rg.murom@mail.ru

🌐 rg-murom.ru

